



Comune di Porcia – Comune di Roveredo in Piano
POLIZIA LOCALE



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

Iniziativa realizzata con il contributo della
Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia
Direzione centrale autonomie locali, sicurezza e politiche dell'immigrazione
Servizio polizia locale, sicurezza e politiche dell'immigrazione

CORSI GRATUITI DI AUTODIFESA FEMMINILE

I Comuni di Porcia e Roveredo in Piano, nell'ambito delle attività della Polizia locale, hanno organizzato due nuovi corsi gratuiti di autodifesa femminile e sicurezza che tengono conto dell'esigenza di unire alla preparazione tecnica sull'autodifesa anche importanti nozioni relative alla prevenzione, ad un corretto approccio psicologico e alla conoscenza della normativa che tutela l'incolumità personale. Il corso comprendono anche due interessanti serate informative a cui possono partecipare le iscritte a entrambi i corsi.

CORSO 1 – ROVEREDO IN PIANO

Comune	Data	Orario	Argomento/attività	Sede
Roveredo in Piano	gio 01/lug 21	Dalle 20.30	Il Codice Rosso: caratteristiche e novità	Webinar
Roveredo in Piano	lun 05/lug 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	Tendone Ex Tennis, via Carducci n. 40/B
Roveredo in Piano	lun 12/lug 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Roveredo in Piano	lun 19/lug 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Roveredo in Piano	lun 26/lug 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Roveredo in Piano	lun 02/ago 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Roveredo in Piano	lun 09/ago 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	

CORSO 2 – PORCIA

Comune	Data	Orario	Argomento/attività	Sede
Porcia	mar 06/lug 21	Dalle 20.30	Stalking, violenze e aggressioni: cogliere i campanelli d'allarme	Webinar
Porcia	mer 07/lug 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	Palestra ex scuola Elementare ingresso da via Vietti (area interna/esterna)
Porcia	mer 14/lug 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Porcia	mer 21/lug 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Porcia	mer 28/lug 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Porcia	mer 04/ago 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	
Porcia	mer 11/ago 21	20.30 - 22.00	Tecniche di autodifesa	

PER ISCRIVERSI

Sarà possibile iscriversi fino al giorno 30/06/2021 con le seguenti modalità:

- compilando la scheda di iscrizione on-line sul sito internet dei Comuni di Porcia e Roveredo in Piano oppure su www.irss.it/iscrizione-autodifesa-porcia-roveredo-2021;
- inquadrando con lo smartphone il QR Code a fianco.



N.B. Avranno priorità nelle iscrizioni le donne che risiedono nei Comuni di Porcia e Roveredo in Piano. I posti sono limitati, se interessate vi consigliamo di procedere subito con l'iscrizione.

Per la partecipazione è richiesto di godere di buona salute, di rispettare le vigenti norme anti COVID19 e sottoscrivere la relativa dichiarazione. Per le persone abitualmente sedentarie è raccomandato un controllo medico prima dell'avvio delle lezioni pratiche.